

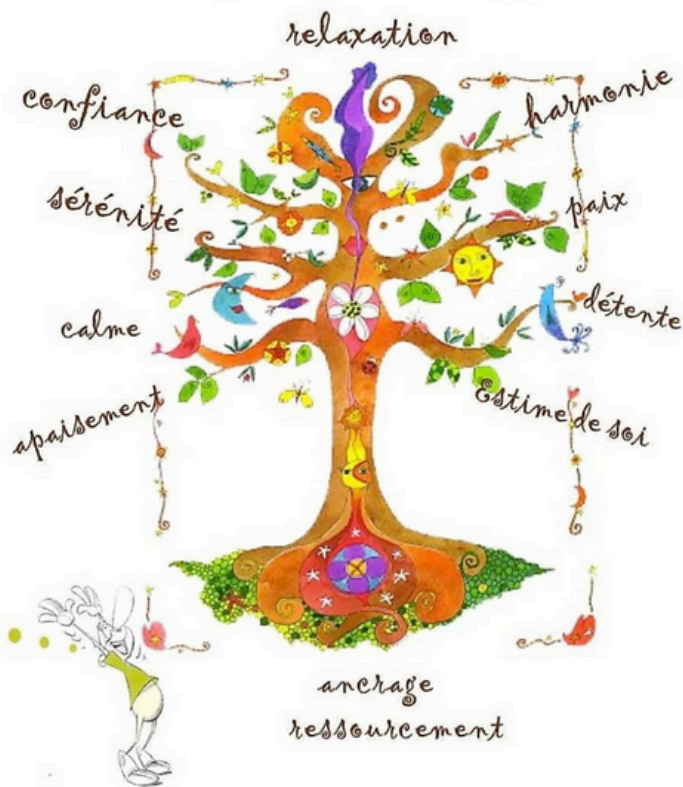
SÉANCES COLLECTIVES DE SOPHROLOGIE

MIRANDOL 1ER SEMESTRE 2025

SALLE DES ASSOCIATIONS - 8 PLACE DU FOIRAIL - 81190 MIRANDOL

KARINE FRESNEAU

Sophrologie



Apprenez à vous relaxer, à réguler votre stress, à renforcer la confiance en vous, à écouter et ressentir votre corps...

La Sophrologie est accessible à tous. Elle s'appuie sur la respiration, des mouvements doux et des visualisations positives, pour une relaxation profonde du corps et de l'esprit.

Au plaisir de vous retrouver en séance...!

Inscriptions et renseignements au :
06.84.79.36.70
k.fresneau81@gmail.com

Participation : 10 euros

Ateliers de 14h30 à 16h le Vendredi
Ateliers de 10h30 à 12h le Lundi

Vendredi 10 Janvier 2025
Vendredi 24 Janvier 2025
Vendredi 7 Février 2025
Vendredi 14 Février 2025
Vendredi 7 Mars 2025
Vendredi 21 Mars 2025
Vendredi 4 Avril 2025
Vendredi 11 Avril 2025

Lundi 28 Avril 2025

Vendredi 16 Mai 2025

Lundi 26 Mai 2025

Vendredi 13 Juin 2025
Vendredi 27 Juin 2025
Vendredi 11 Juillet 2025